# RESPONSABILITZA'T

DOCUMENT PER INICIAR LA DECONSTRUCCIÓ DE LA MASCULINITAT HEGEMÒNICA HETEROPATRIARCAL

Realitzat i editat pel col·lectiu :
**aliats del Feminisme**
1ª Edició 2015

@aliatsF

aliatsdelfeminisme@gmail.com

facebook.com/aliatsf

aliatsdelfeminisme.blogspot.com.es/

BY NC SA

RESPONSABILITZA'T

DOCUMENT PER INICIAR LA DECONSTRUCCIÓ DE LA MASCULINITAT HEGEMÒNICA HETEROPATRIARCAL

Realitzat i editat pel col·lectiu :
**aliats del Feminisme**
1ª Edició 2015

@aliatsF

aliatsdelfeminisme@gmail.com

BY NC SA

facebook.com/aliatsf

aliatsdelfeminisme.blogspot.com.es/

## DIMENSIÓ PERSONAL

Presentem aquí tot un seguit d'elements per a treballar a nivell individual. Fer una mirada endins amb curiositat i autocrítica és imprescindible per avançar.

- Revisa el teu llenguatge sexista. El llenguatge és un constructor simbòlic de consensos culturals i de gènere; és emprat en el plural únicament en masculí i això exclou el 60% de la població mundial: les dones i la resta d'identitats oprimides per qüestions de **gènere**. D'aquí la importància de l'ús del llenguatge NO sexista.

- Estigues obert i disposat a admetre errors, acceptar comentaris, crítiques i rectificacions.

- Abraça, plora i expressa les teves emocions. Gestiona la teva frustració.

- Explora com va ser el teu passat, com vas ser educat i quins models eren els dominants dins de la teva família.

- Treballa i cultiva el valor de la humilitat, i sigues escrupolosament respectuós.

- Qüestiona la teva heterosexualitat. Aquest és un dels elements que perpetua les opressions de gènere, i també que et dóna privilegis. Deconstrueix la construcció del teu desig, transgredeix la «normalitat», explora els teus límits.

- Cuida el teu cos i la teva salut física i mental. Responsabilitza't de l'autocura.

- Educa't i deconstrueix-te a tu mateix. No abusis d'altres aliats feministes o companyes feministes amb infinites preguntes!!!

- Ser aliat del feminisme és un estil de viure, la millor forma de dir és fer-ho, actuar!

___________________________

**gènere**
Entenem que no només les dones son les que pateixen el patriarcat, sinó que aquest en les seves múltiples formes de violències afecta també a lesbianes, transexuals, intersexuals, bisexuals... i també d'altres identitats en resistència a la supremacia dels homes i la heteronormativitat. Volem fer visibles aquestes altres posicions des d'on es combaten les hegemonies. A partir d'ara utilitzarem el terme "dones" per a referir-nos a les persones no-homes que no gaudeixen dels privilegis de la masculinitat.

**RESPONSABILITZA'T**

DOCUMENT PER INICIAR LA DECONSTRUCCIÓ DE LA MASCULINITAT HEGEMÒNICA HETEROPATRIARCAL

## MÉS INFORMACIÓ DECONSTRUCTIVA: BIBLIOGRAFIA I WEBS

-Luis Bonino Menéndez.
**Micromachismos: la violencia invisible en la pareja**.

- Luis Bonino Menéndez.
**Micromachismos: el poder masculino en la pareja moderna**.

- Luis Bonino Menéndez.
**Hombres y violencia de género. Más allá de los maltratadores y de los factores de riesgo**.

- Lucila Tufró.
**Modelo para armar: nuevos desafios de las masculinidades juveniles**. 2012.

- Francisco Aguayo i Eduardo Kimelman. Guia **Paternidad activa**. Gobierno de Chile, Santiago de Chile, 2012.

-Ander Bergara, Josetxu Riviere, Ritxar Bacete.
**Los hombres, la igualdad y las nuevas masculinidades**.
Emakunde - Instituto Vasco de la Mujer. Gasteiz, juliol de 2008.

-Michael Kaufman. **Las siete P's de la violencia de los hombres**.
-Michael Kaufman. Los hombres, el feminismo y las experiencias contradictorias del poder entre los hombres.

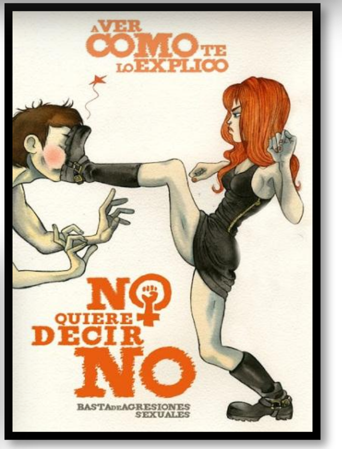
-Michael Kimmel. Homofobia, temor, verguenza y silencio en la identidad masculina
-Pierre Bourdieu. La dominació masculina.

- www.ahige.org
- http://asscurcuma.wordpress.com
- www.pikaramagazine.com
- www.nibellanibestia.org
- http://elditalanafra.blogspot.com

35 cosas que cualquier hombre puede hacer para apoyar el feminismo - Pamela Clark
http://www.golfxsconprincipios.com/lamoscacojonera/35-cosas-que-cualquier-hombre-puede-hacer-para-apoyar-el-feminismo/#sthash.U0VUZbLI.dpuf
Una carta abierta a los hombres (feministas) - Alexander Ceciliasson
http://www.pikaramagazine.com/2014/10/una-carta-abierta-a-los-hombres-feministas/
Pasar, ¡qué complicado! - Pol Galofre
http://www.pikaramagazine.com/2014/05/pasar-que-complicado/

## ACCIONS CONCRETES I TRANSFORMADORES

- LLENÇA les imatges, vídeos, fotos o cartells vexatoris cap a les dones.
- Dóna suport a música i artistes que promoguin la lluita social, la igualtat i la inclusió.
- Crea un espai amb documentació (textos, articles, llibres...) i imatges de la lluita feminista.
- Gira, i trenca revistes i publicitat sexista com a mostra de rebuig!






## DIMENSIÓ PERSONAL

# AIXÒ, NO !

Hi ha formes de comportar-se que són masclistes i perpetuen les violències. Si detectes que això passa, atura't, para atenció en l'impacte que has generat a l'entorn i estigues atent a les conseqüències.

- Deixa de parlar com si sempre tinguessis raó; has vingut a aquest món per aprendre.
- No feu difusió de materials, webs i vídeos que fomentin els prejudicis masclistes.
- No caiguis en el parany victimista : "el homes som els oprimits".
- El silenci i el "no fer res", «ser neutral», és contribuir a l'opressió que pateixen les dones.
- Evita i abandona conductes de risc i autodestructives per a reafirmar la teva masculinitat, com per exemple: pràctiques sexuals sense cap tipus de protecció, baralles, abús de tòxics, conducció sota embriaguesa o de forma temerària, curses amb els cotxes i motos…
- En l'àrea sexe-afectiva, no siguis egoista!

# RESPONSABILITZA'T

DOCUMENT PER INICIAR LA DECONSTRUCCIÓ DE LA MASCULINITAT HEGEMÒNICA HETEROPATRIARCAL

## DIMENSIÓ INTERPERSONAL

Destaquem una sèrie d'actituds i comportaments que hem de Potenciar en les nostres relacions personals ...

**...cap a altres homes:**

- Critica i digues alguna cosa quan els teus companys i/o amics realitzin algun comentari o conducta masclista. Identifica i assenyala amb fermesa però sense criminalitzar ningú.
- Desafia altres homes a sumar-se a les lluites feministes.
- Contesta els masclistes, mitjançant comentaris, tweets, facebook...
- Com aliat, utilitza el teu privilegi masculí per defensar el discurs feminista als espais de dominació masculina. Coratge!
- Desafia els rols, les etiquetes i els prejudicis sexistes. Sigues transgressor feminista.
- Contacta amb altres homes, col·lectius aliats del feminisme, comparteix experiències i coneixements.

# RESPONSABILITZA'T

DOCUMENT PER INICIAR LA DECONSTRUCCIÓ DE LA MASCULINITAT HEGEMÒNICA HETEROPATRIARCAL

## A LA MILITÀNCIA

Els espais de militància no estan complets si no hi és present la lluita feminista.

- Observa i fes visible com les desigualtats de gènere estan presents als teus espais de militància: major nombre d'homes, més participació d'aquests, invisibilització de determinades tasques, energies masculines a les assemblees, comentaris o bromes masclistes, micromasclismes, etc.
- Posa energia en que el teu espai de militància treballi a nivell intern les opressions de gènere. Fes per a que el col·lectiu prengui consciència, afavoreix la deconstrucció.
- Poseu-vos en contacte amb col·lectius feministes propers amb una actitud de disposició i aprenentatge.
- Mantingues el tipus i la contenció davant de situacions incòmodes. Als debats, jornades... s'ha d'ESCOLTAR més que parlar. No trepitgis opinions, no vulguis ser «el prota».
- Documenta't i llegeix sobre totes les formes de violència i opressió, i explora com la identitat de gènere, l'orientació sexual, la classe social, la raça, la diversitat funcional i d'altres categories, són eixos d'opressió que s'articulen entre si.

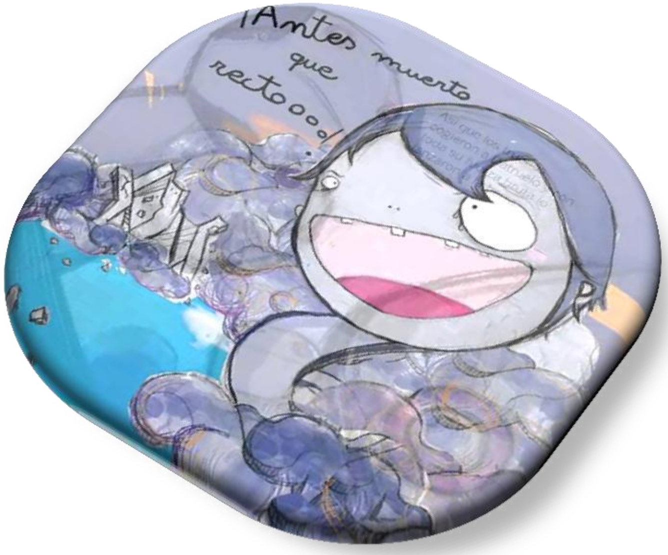
# RESPONSABILITZA'T

DOCUMENT PER INICIAR LA DECONSTRUCCIÓ DE LA MASCULINITAT HEGEMÒNICA HETEROPATRIARCAL

## DIMENSIÓ COMUNITÀRIA

A la convivència a les nostres petites comunitats o famílies, apareixen amb molta facilitat comportaments masclistes:

- Revisa el teu model familiar. La família nuclear tradicional té molts components masclistes o que l'afavoreixen, i molts d'ells són molt subtils i imperceptibles.
- Comparteix responsabilitats de forma mútua respecte a les tasques domèstiques i de cura amb la teva parella o cercle afectiu.
- Gaudeix del permís de paternitat i exerceix una paternitat activa i responsable.
- Enforteix i cuida les relacions amb les dones que viuen amb tu, les teves amistats, de la família, companyes de feina... sense elles no hi ha deconstrucció ni revolució possible.
- CUINA, NETEJA, ENDREÇA, COMPRA... Per a tu i per a una altra persona del teu entorn.




RESPONSABILITZA'T

DOCUMENT PER INICIAR LA DECONSTRUCCIÓ DE LA MASCULINITAT HEGEMÒNICA HETEROPATRIARCAL

## ESPAIS PÚBLICS I DE SOCIALITZACIÓ

En la interacció quotidiana als espais públics també tenim molta responsabilitat. Recorda que tant allò privat com allò públic són espais polítics!.

- No llencis "floretes" ni miris de forma bavosa les dones pel carrer. Quan parlis amb una dona, mira-la als ulls i no als pits.
- Entén i assumeix que el fet de que et somrigui una dona no vol dir que vulgui tenir sexe amb tu.
- Si durant la nit, a un carrer solitari o en un altre context semblant, et creues amb una dona que va sola pel carrer, fes el possible perquè es senti segura i no et vegi com una amenaça (canvia de vorera, no la miris fixament, avança-la...).
- Al metro, al bus o tren, si has de seure al costat d'una dona, respecta el seu espai, no l'envaeixis amb el teu cos.
- Si ets testimoni d'assetjament sexual, ofereix el teu suport. Demana ajuda a altres persones, professionals... fes-hi alguna cosa !!!!.
- LLUITA CONTRA TOTES LES VIOLÈNCIES MASCLISTES, cada dia i a tot arreu.
- Sent orgull de ser aliat del feminisme! Exterioritza-ho!

## VERS EL FEMINISME

Quines actituds hem de potenciar en la lluita feminista ?
Com ens hem de relacionar amb les activistes d'aquest moviment ?
...

- Llegeix webs, blocs, i llibres sobre el moviment feminista. Forma't i estudia sobre el feminisme com ho fas amb altres temes: antifeixisme, ecologisme, anticapitalisme...
- Considera't en espais feministes com un convidat. No vulguis destacar ni siguis el "notes".
- Mai no parlis en nom de les dones. Dóna suport a les seves lluites assumint que la teva contribució sempre és des d'una posició diferent; la de qui té els privilegis.
- Respecta els espais NO mixtes, i si no saps per a què serveixen, informa-te'n amb curiositat. Són fantàstics !.
- Estigues en constant escolta, col·laboració i treball amb les dones, elles són les protagonistes d'aquesta lluita !.
- No sol·licitis reconeixement ni re-afirmació; és la teva responsabilitat.
- Dóna suport als mitjans de comunicació feminista, per exemple: *El Tornillo*, Red Feminista, Dones en Xarxa, Pikara Magazine, etc...

**RESPONSABILITZA'T**

DOCUMENT PER INICIAR LA DECONSTRUCCIÓ DE LA MASCULINITAT HEGEMÒNICA HETEROPATRIARCAL

## DIMENSIÓ INTERPERSONAL

Destaquem una sèrie d'actituds i comportaments que hem de potenciar en les nostres relacions personals...

**...cap a les dones:**

- Sigues conscient de l'efecte de les teves paraules, accions i actituds en les dones, fes atenció a l'impacte que generen.
- Llegeix sobre els micromasclismes i revisa'ls. Segur que en fas, no te n'escapes. Estigues més atent.
- No jutgis a les dones o LGTBI per la seva manera de vestir, de dir o de fer. Tracta-les de forma respectuosa.
- No tractis a les dones com a víctimes ni amb condescendència. Que tinguis més privilegis no vol dir que siguis ni superior ni més conscient.
- No vagis de salvador ni de superheroi de les dones.
- Entén, escolta i respecta les ferides que existeixen per opressions de gènere. Són ferides del patriarcat i nosaltres també som responsables d'elles.
- Respecta quan les dones NO vulguin dialogar, parlar-te o escoltar-te.MARXA!
- Respecta la confidencialitat.
- Demana consentiment sempre en el contacte i les relacions sexe-afectives.